

MON		TUE		WED		THU		FRI		SAT		SUN	
A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B	A	B
		07:30~08:30 ウェイクアップ (ヨガ フロー I) ミカコ									09:30~10:45 📍 ヨガボディ I カナ		
10:30~11:45 ヨガフロー I ミユコ	11:30~12:45 10.24日) マタニティ・ヨガ マミ	11:00~12:00 📍 ビューティ・ ベルヴィス ミホ	10:30~11:45 📍 ヨガボディ I アツコ	11:00~12:00 📍 体幹コントロール ピラティス I ノリコ		10:30~11:45 アロマヨガフロー I ミカコ		11:00~12:15 📍 ヨガボディ I マミ		11:00~12:00 📍 アロマヨガ リラックス カナコ		10:00~11:00 📍 体幹コントロール ピラティス I 9日)体幹コントロール ピラティス II ノリコ	
12:00~13:15 📍 ヨガボディ I カナ		12:30~13:30 📍 体幹コントロール ピラティス I ナミ		12:30~13:30 📍 ヨガリラックス ハルナ	12:15~13:30 ヨガボディ II カナコ	12:00~13:00 📍 6日)はじめてのピラティス 13.20日)体幹コントロール ピラティス I 27日)体幹コントロール ピラティス II エミ	12:00~13:15 6.20.27日) ヨガフロー II ミネコ ※6/13は13:30- Aスタジオにて開催	12:30~13:30 📍 ビューティ・ ベルヴィス アイコ		12:30~13:30 📍 1.15.29日) ビューティ・ ベルヴィス ミユキ 8.22日) ヨガニドラー サトミ	12:15~13:30 1日) ヨガボディ II ミネコ ※月1回開催 次回は7/6	11:30~12:30 📍 ホッと一息ヨガ ミホ	
13:45~14:45 📍 体幹コントロール ピラティス I スミヨ	13:30~14:30 10日) 産後リカバリー・ ヨガ マミコ ※14日(金)振替			13:45~15:00 📍 ヨガボディ I ミカコ		13:30~14:45 6日)ヨウ 20日)サキ 27日)ミネコ 13日)ヨガフロー II ミネコ	13:30~14:45 📍 13日)はじめてのヨガ カナコ		13:30~14:30 産後リカバリー・ ヨガ マミコ ※14日休講	14:00~15:00 📍 体幹コントロール ピラティス I 15日)体幹コントロール ピラティス II スミヨ	13:30~14:45 📍 8日) メンズヨガ (男性限定) ヨガボディ I マスマ ※月1回開催	13:00~14:15 ヨガフロー II チェ	
15:00~16:15 3.17日) マタニティ・ヨガ マミ		14:00~15:00 📍 ヨガリラックス ミユコ			15:30~16:30 📍 ビューティ・ ベルヴィス ミユキ			14:00~15:00 📍 姿勢改善ピラティス ナミ		15:30~16:45 ヨガフロー I 8日) ヨガフロー II ジュリ		14:30~15:30 📍 体幹コントロールピラ ティス I 9日) はじめてのピラティス エミ	
									15:00~16:00 7.21日) ママヨガ マミコ	17:00~18:15 📍 ヨガボディ I シイナ		16:00~17:15 アロマヨガ フロー I アツコ	
										18:30~19:30 1.15.29日) ヨガニドラー 📍 サトミ		17:30~18:45 📍 ヨガボディ I ヒトミ	
18:30~19:30 📍 ホッと一息ヨガ ミカコ	18:30~19:30 📍 体幹コントロール ピラティス I 24日)代謝アップピラ ティス I エミ	18:45~19:45 📍 4.18日) ビューティ・ ベルヴィス 11.25日) ベルヴィス・ フローダンス ナナエ	18:45~20:00 📍 ヨガボディ I ミホ	18:30~19:45 ヨガフロー I カナ	18:30~19:30 5.19日) 📍 体幹コントロール ピラティス I 12.26日)体幹コントロール ピラティス II スミヨ	18:45~20:00 6.20日) ヨガフロー I 13.27日) 📍 ヨガボディ I チェ	19:00~20:00 📍 代謝アップ ピラティス I ナミ	18:45~19:45 📍 アロマヨガ リラックス アカリ	18:30~19:30 📍 体幹コントロール ピラティス I レイコ	<p>6月にイベント・プロモーションクラス 「ほっと一息ヨガ」がOSAKAにて開催されます。</p> <p>毎週月曜日 18:30- ミカコ先生 毎週日曜日 11:30- ミホ 先生</p>			
19:45~21:00 3.17日) 📍 ヨガボディ I 10.24日) ヨガボディ II マスマ		20:15~21:15 📍 アロマヨガ リラックス サトミ		20:00~21:15 📍 ヨガボディ I ミネ	20:00~21:15 12.26日) ヨガ メディテーション カナ	20:15~21:15 6日)ビューティ・ ベルヴィス 📍 20日) 筋膜ストレッチ 📍 〜くびれ ミユキ	20:15~21:15 📍 13.27日) 姿勢改善ピラティス ナミ ※Aスタジオ開催	20:00~21:15 7.21日) ヨガボディ II 14.28日) 📍 ヨガボディ I マスマ	<p>*6月のオススメ トレーニングコース* 呼吸法ベーシックコース</p> <p>6月22日(土) 10:00-17:00 6月23日(日) 10:00-17:00</p>				